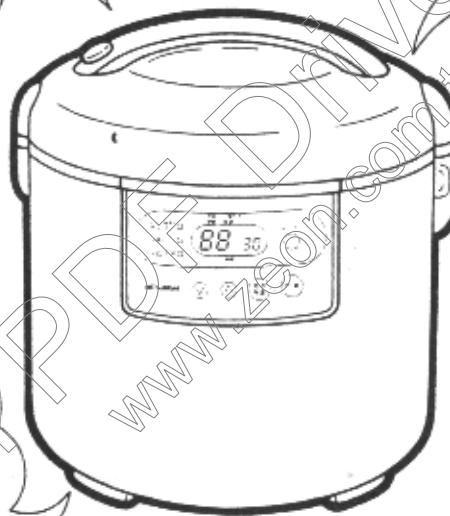
MITSUBISHI

三菱微電腦電子鍋

NJM-G10T(1.0ℓ)

中文使用説明書

附帶有各種可口飯食選擇鍵

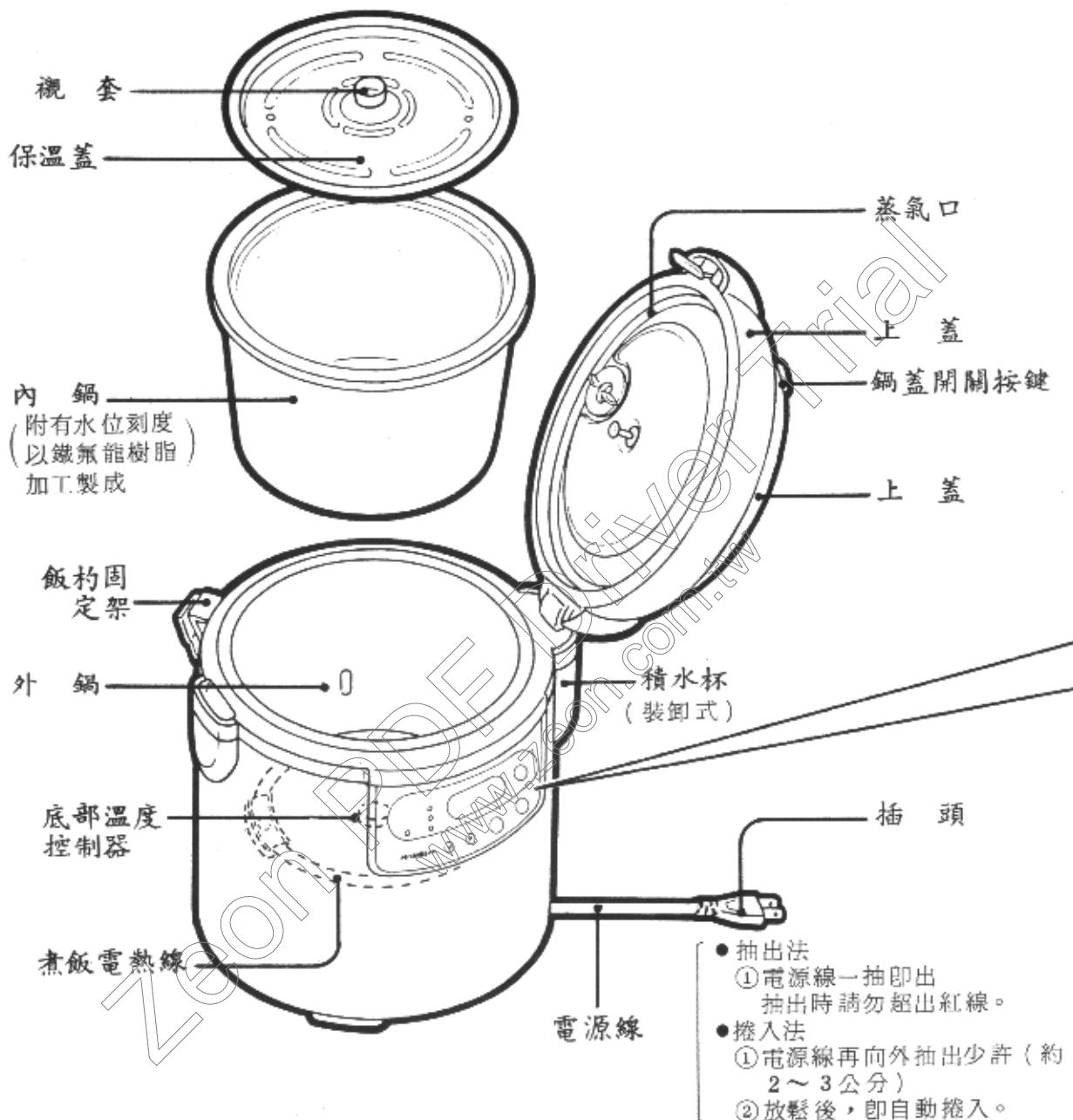
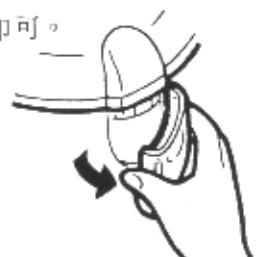
煮出馥郁米香的
白米香噴噴專用鍵

可調整預約煮飯
時間(最長14小時)

煮白米、胚芽米、什錦飯
糯米、糙米、稀飯
多功能電子鍋

承蒙您惠購三菱電子鍋，本公司謹此致上十二萬分的謝意，並希望它的優異性能爲您府上帶來便利和歡樂。

- 使用前請詳閱本說明書，以瞭解正確的使用方法。
- 請妥善保管本說明書，以便不明瞭時可再查閱。

目　錄

各部份的名稱及功能

襯　套
保溫蓋
蒸氣口
上　蓋
鍋蓋開關按鍵
上　蓋
內　鍋
（附有水位刻度
以鐵氟龍樹脂
加工製成）
飯杓固
定架
外　鍋
積水杯
（裝卸式）
底部溫度
控制器
插　頭
煮飯電熱線
電源線
●抽出法
①電源線一抽即出
抽出時請勿超出紅線。
●捲入法
①電源線再向外抽出少許（約
2～3公分）
②放鬆後，即自動捲入。
蒸氣口（壓力調整閥）
卸下方法‥向左轉
安裝方法‥向右轉
蒸氣口
裝卸式積水杯（透明）
以手抓住杯側拉出即可。
安裝時請確實對
準杯槽卡緊。

操作顯示部

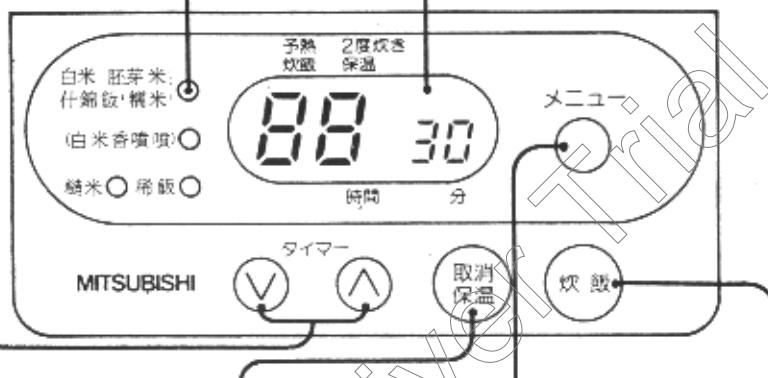
● 按下各個按鈕時，會聽到嗶的聲音。

米飯種類顯示燈

按下按鈕後，顯示燈會亮起。

顯示部

顯示所設定的時間、煮飯程序。

予熱 2度炊き
炊飯 保温
白米 胚芽米
什錦飯 糯米
(白米香噴噴)
糙米 稀飯
88 30
時間 分
メニュー
タイマー
MITSUBISHI
取消 保溫
炊飯

設定吃飯時間的按鈕	取消・保溫按鈕	米飯種類選擇按鈕	煮飯按鈕
● 用此預約裝置，設定想要吃飯的時間。（參照第 5 頁）（按Ⓐ鍵，時間會往前，而按Ⓥ鍵，時間則往後。	● 當您按錯按鈕，想中途變換烹調時間，或是只想保溫時，可使用此一按鈕。	● 按下想烹調米飯種類之按鈕。 ● 如果按下〔取消・保溫〕這個按鈕，則會自動變成白米飯。	● 煮飯或是預約時間設定好的時候，按此按鍵。 ● 想省略預熱時間的話，按二次。（例如：趕時間或是米已完全浸泡等情形時）

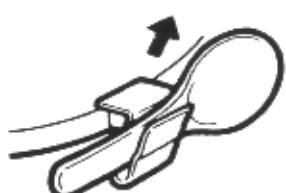
● 在預約中、煮飯中或保溫中，各個按鍵不發生作用。如果你想變更的話，請押下【取消・保溫】按鈕，重新開始設定。

使用方法請參照 3～5 頁

飯杓的取拿

向上斜取

附 屬 品

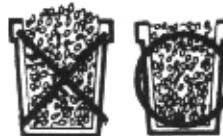
量杯（1）
（約 0.18 ℓ）

飯杓（1）

煮白米飯的方法

（其他的米飯，請先以米飯種類選擇

注意

1 正確地把米量好

●用附帶品中的計量杯來計量。
平平滿滿的一杯約爲0.18ℓ。

※使用不同的計量杯，米的計算方法也就不同。

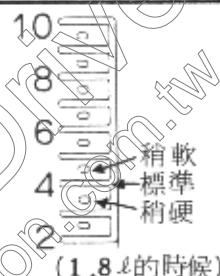
2 淘洗白米

●最好用其他的容器事先淘洗好。
以避免損傷內鍋材質。

※如果使用內鍋來洗米的話，會使鍋子容易破裂或凹凸不平，無法煮出好吃美味的白米飯。

3 把米放入內鍋、加入適當的水

●例如，煮4杯的米時，把水加到刻度在" 4 "的地方最適當。

（1.8ℓ的時候）

※請依個人喜好加減水份。
※請不要用熱水來煮（50°C以上的水）

4 將內鍋放入鍋體內

●內鍋放入後，須輕輕的左右轉動，使其確實與鍋體密合。
●把米水平的放入，確定一下水是否已加進去了。

※請將內鍋外側的水分及污垢確實擦拭乾淨。
※如果內鍋沒有放入，按鈕無法順利操作。

5 裝上保溫蓋，關緊外蓋

●將有文字的一面朝向外面，裝於鍋蓋上。
●取下保溫蓋時，請使用雙手抓住蓋子兩邊取下。

※煮飯時請不要把鍋蓋打開。
※請不要忘了裝上內蓋。

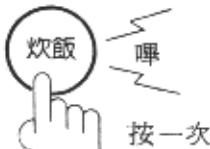
6 插入插頭

●將插頭插入插座。

※用潮濕的手來操作，是非常危險的。

7 煮飯時

●在煮飯中（或是預熱中），如果聽到喀喳、喀喳的聲音，是很正常的，並不表示電鍋故障了。

洗好米馬上開始煮時

1 預熱

●火力較小，目的是使米能充分吸收水分。

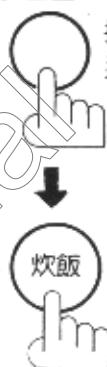
2 煮飯

●以適當的火力配合米量來煮飯。

3 煮飯完畢

●當二度炊完成後，會發出五聲嗶、嗶的聲響，而自動開始保溫。

二度烹調時，燈會忽明忽滅，直到保溫時才會點亮。

（煮白米飯以外的飯時）

●要看清楚顯示燈。
●如果弄錯了，不但不能做出好吃的飯，還有溢出的危險。

白米已經完全浸濕的時候

●如果煮飯前白米已經充分浸泡過，預熱則可省略。（約可縮短煮飯時間15分鐘左右）

糙米以外的飯類也是同樣的作法

米飯種類選擇按鈕的 白米香噴噴 使用時機（僅適用於煮白米飯時）

●想吃香郁可口的米飯時。
煮飯時比一般煮飯的火力更強（所以會產生一點鍋巴）。如想做咖哩飯、燴飯、茶葉飯時請試用看看。

8 鬆軟白飯(拌飯)

●飯煮好後，打開上蓋，將飯充分地拌勻，使多餘的水份能蒸發掉。

（注意）

※如果不將白飯徹底拌勻的話，白飯可能會黏結成塊。
※蒸氣收集盒中的水，請每回記得倒掉。

（不是煮飯的時候）

※煮稀飯結束後，上蓋要慢慢的打開。（否則蒸氣水會溢出）

9 保溫

……如果不關掉電源，則會一直維持保溫狀態。

●保溫中，請不要把插頭拔掉。如果已經拔掉，請趕快插上。
●假使已不想保溫，請用【取消・保溫】鍵來取消，並拔掉插頭。

※保溫的時間請不要超過12小時。

※白飯以外的食物，請儘可能不要保溫。因為會成為腐壞和變味的主因。
※煮稀飯時，保溫的顯示燈會熄滅，表示無法保溫。

使用定時器預約煮飯的方法

- 可以設定 1 小時～14 小時後的任何時間。（以每 30 分鐘爲單位）
- 如預定的時間未滿 1 小時，電鍋就會立刻開始煮。（預約煮飯時，都會省略預熱這項。）
- 將內鍋放入，鍋蓋蓋好後就可以開始了。

※菜飯、紅豆糯米飯、糙米等，需要放入作料及調味料的食物，請不要使用預約煮飯。因爲這麼一來，不但會使作料失去原味，也容易使調味料沈澱，無法煮出好吃的食物。

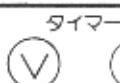
※夏天時，如果長時間的浸泡，容易發出怪味。

■時間設定的範圍

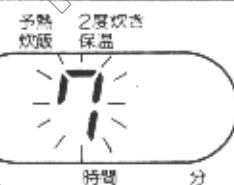
白　米	1 小時～14 小時
糙　米	2 小時～14 小時
稀　飯	1 小時30分～14 小時

（例如）設定7小時30分後可以吃飯

（這裏是指煮白飯的時候。如果要煮白米以外的食物時，請先按下的選擇鍵後，再設定時間。）

1

按此按鈕設定時間

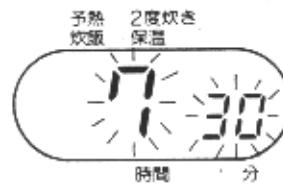
（Ⓥ、Ⓐ不論按那一個都可以

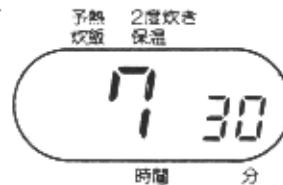
- 7 會忽明忽滅。

2

按下此一按鍵

- 每按一次，往前進 30 分鐘。
- 連續按的話，前進的更快。
- 比 7:00 早的時間，請按Ⓥ的按鈕。
- 如果按太超過的話，請利用另一個按鈕來修正。

3

炊飯　按煮飯按鈕

- 發出嗶！嗶的聲音，顯示燈由閃爍轉爲明亮，表示設定的時間，已開始計算了。
- 隨時間的前進，顯示器的時間也跟著減少。
- 開始煮飯時，時間顯示便消失了。

嗶！
嗶！

有關停電後的處置

停完電的時候（插頭拔掉時，也是同樣情況。）

煮飯中，或是停完電時，

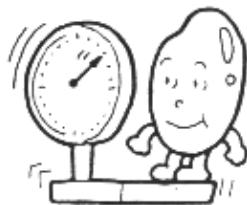
予熱　2度炊き
炊飯　保温

燈會閃動不停。

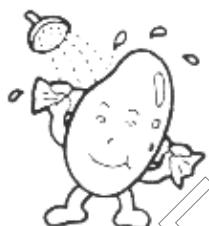
煮飯中	電源接通後，會繼續保持此狀態。
預熱中、設定時間預約中	電源接通後，會開始煮。
保温中	電源接通後，繼續保溫。

如何煮出好吃的飯

● 正確地把米量好

● 請務必使用附帶的計量杯，正確量出米的份量。

● 迅速有技巧的洗米

● 米會吸收第一次的水分，因此前面兩次沖洗的速度要很快。

● 從第三次開始，才慢慢淘洗，直到水不再混濁爲止。

● 加入適當的水分

● 依米的種類以及個人的喜好來決定加水的多少。

米的種類	加水的多少
新 米	比刻度少點
老 米	比刻度多點
軟質米	大約和刻度一樣
硬質米	比刻度多點

有關米的種類爲何，當買米時，可向米店老板請教。

● 煮好後將白飯拌勻

● 使多餘的水氣能蒸發掉，變成美味可口的白米飯。

米博士的小偏方

想要煮出好吃的飯，這點是非常重要的。將飯從頭到尾完全弄鬆吧！此外還會產生保溫的效果。

● 關於鍋巴

● 內鍋的底部，可能會產生鍋巴。

● 在下列這些情形發生時，會產生鍋巴。沒有充分的洗米、長時間的泡在水裏、以及煮胚芽米或什錦飯的時候。

高明的保溫

下列的保溫方法千萬要小心

這些是變黃、變味、變乾的主要原因。

● 保溫12小時以上。

● 冷凍過的飯的保溫。

● 淘米不乾淨的飯的保溫。

● 保溫白米飯以外的食物。

● 將飯勺放入鍋內一起保溫。

保溫少量的飯時

● 將少量的飯長時間的保溫，由於原有的水氣很多，可能會把一部分的飯漲大。

● 因此請將飯集中放在內鍋的中央。

保溫中的搬運

● 保溫中如果必須搬運的話，請記得先拔掉插頭，但搬好後，也請立刻插入插座。
（溫度下降是造成飯變味以及黏在一起的原因。）

上蓋要確實蓋緊

● 鍋子如果沒關緊，有空隙的話，會使水分散失，造成飯變乾、變黃，以及產生怪味。

如果必須要保溫12小時以上，或是有少量的剩飯，可以放入冰箱內冷凍保存，想食用時，只要用電鍋溫一下，味道還是一樣可口。

可口的飯食

註　本食譜使用的計量器，米 1 杯是 180 C.C.，米以外的食物 1 杯計爲 200 C.C.，大匙爲 15 C.C.，小匙爲 5 C.C.。

❶ 胚芽精米

註
- 不要太用力淘米，因爲會使胚芽脫離。
- 請用清水輕輕洗濯 1 ～ 2 次就夠了。
- 保溫時，請酌量地多加一點水。（但，儘可能地不要保溫較好。）

健康食品

胚芽米飯

4 人份

材　料

胚芽米（胚芽精米）……三杯（540 C.C.）

作　法

1

正確地量出三杯米

將胚芽米倒入內鍋，注入水直到 白米 刻度 爲2

浸泡胚芽米的水位比白米多一些（10 %），且需浸泡 2 小時，如此才會鬆軟可口。

❷ 什錦飯

煮什錦飯時，因爲有加進菜料，故請勿超過煮白米飯的最高飯量的 60 %。

註
- 胚芽米也可作出好吃的什錦飯。
- 若長時間保溫時，菜料會軟化，而且會起鍋巴，請注意！

有媽媽的味道

雞肉什錦飯

4 人份

材料：

	材料	份量
	米	三杯（540 C.C.）
材	雞胸肉	50g
	紅蘿蔔	中半條（50g）
	油炸豆腐皮	1 張
料	筍（罐裝）	30 g
	乾的香菇	2 個

● 調味料

調味料	份量
乾香菇的高湯	600 C.C.
低塩醬油	兩大匙（30 C.C.）
甜酒	一大匙（15 C.C.）
塩	一小匙（ 5 C.C.）
酒	一大匙（15 C.C.）
（高湯精	適量）

作　法

1

2

❸ 糯　米

想吃時非常方便

紅豆糯米飯

4 人份

材　料	
糯米	兩杯半（450 c.c.）
米	半杯（90 c.c.）
紅豆	45g（50 c.c.）
黑芝麻、塩	少許

註　紅豆硬綳綳地不宜直接煮飯。
請先將紅豆煮熟再放入煮飯。

作　法

1

將糯米和米攪勻

淘洗乾淨

放入竹簍

2

先將紅豆用少許的水滾煮。

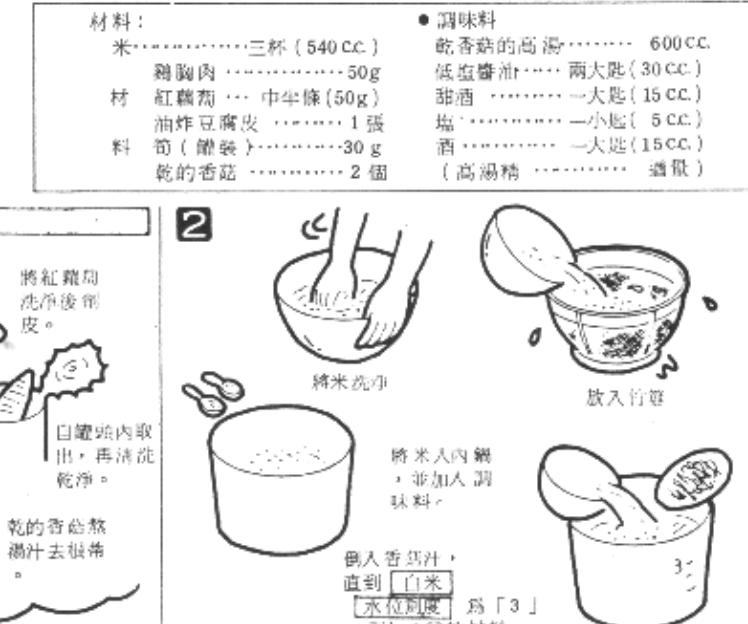
沸騰時，倒掉湯汁。

倒入充足的水，以弱火煮，再將紅豆與湯汁分開，俟之冷卻。

3

倒入冷卻的湯汁。

放進紅豆直到「糯米 水位刻度」爲「3」並使之浸泡2小時。

請於煮好時，充分地攪拌均勻。

❹ 糙　米

註　糙米洗後即可煮食

- 自古以來，糙米是種有益身體健康，而且獲得極高評價的米食。但若不細嚼慢嚥的話，則會造成消化不良。總之，糙米富含有平日難以攝食的營養成分和纖維質，希望您能慢慢地咀嚼正確飲食。
- 跟市售的壓力鍋煮出來的味道不太一樣（因煮飯原理不同）。

年輕・健康的食物。

糙 米 飯

4 人份

材　料	
糙米	3 杯（540 c.c.）

作　法

糙米需要充分洗淨

放入竹簍

將糙米倒入內鍋，注入水直到 玄米 水位刻度 爲[3]。

稀飯

注意：稀飯如用【煮稀飯鍵】以外的按鈕（如：【白米】等）來煮的話，會使湯汁溢出，請您千萬要避免。

煮稀飯加水的多少

※水位要準確（水位過高時煮時容易溢出。

※3分稀的稀飯，煮出來可能會和“米湯”差不多，因此實際上，大多依下面量的¼來煮。

	少米（杯）	水（杯）
全　　稀	1	5
半　　稀	1	10
3 分 稀	1	15

稀飯不可以保溫

粥如果保溫的話，可能會變成「糊」狀，喪失原有風味，因此電鍋會自動將電熱器切斷。請您煮好後，儘早把粥換裝到其他容器中。

最基本的稀飯

全稀飯

4人份

材　料　米……………………1杯（180cc.）

作　法

將米洗淨

放入竹簍

將米倒入內鍋注入水，直到［稀飯］［水位刻度］為［1］。

煮好後放入保溫的容器

美味決定在作料和湯汁

中華雞肉粥

4人份

材　料

米……………… ½杯（90cc.）
雞（帶骨、大腿骨）………2根
長蔥……………………………1根
生薑……………………………一片
酒……………… 1大匙（15cc.）

● 作料
生薑牛肉片……………… 適量
芝麻油芥菜……………… 適量
涼菜 ……………………… 適量
油條 ……………………… 適量

作　法

1 把米洗好

2 把生薑和長蔥放在菜板上，用菜刀剁碎。

把雞肉、酒、水加入鍋中

蓋上鍋蓋，用強火煮

去掉腥味後改用小火

用紗布過濾

3 把②項中的雞肉，用手指撕開。

加少許的砂糖、麻油、醬油

撒點白芝麻

4

把米放入內鍋並依照五分稀飯的刻度加水至0.5的地方。

把熱騰騰的稀飯裝到可保溫的容器中。

將稀飯盛到碗裏，配上喜歡的作料

6 壽司

▶ 煮壽司飯的秘訣

米	使用品質優良的高級米（壽司米）。加水的多少，以100%的米來說，標準為110%的比例，也就是煮稍為硬一點。煮好後的飯加上10%的合成醋即可。
醋	務必使用上等的高級米醋。（標準分量為米的10%）。
水量	日本關東式的煮法是加水及少量的酒煮成的。而關西式的煮法，則是加入海帶柴魚湯。（海帶柴魚湯務必先冷却再加入）。
佐料醋	如果是用生魚片當作料的話，則砂糖少一點，塩放多一點；而如果是用海苔或豆腐皮的話，合成醋中砂糖放多一點。

江戶風味

壽 司 飯

4人分

材 料

米（壽司米）…3杯（540c.c.）
水………………590c.c.
酒……………1大匙（15c.c.）

●合成醋
米醋（上等的釀造醋）…
……………4 ½大匙
砂糖………2大匙（30c.c.）
塩…………1小匙（5c.c.）

作 法

1
將米洗淨
放入竹簍
將洗好的米倒入內鍋加水到[白米][水位刻度]較[3]為少點。

2
用沾有醋的布巾擦拭製作壽司的桶子。
一口氣倒完。
將飯倒入桶裏。

7 麥飯・應用篇

茶館風味

芋汁麥飯

4人份

材 料

胚芽精米………2杯（360c.c.）
麥…………………1杯（180c.c.）
山芋…中½根（約600公克）
海帶柴魚湯……………2杯
淡色醬油……3大匙（45c.c.）
甜酒…………1大匙（15c.c.）
綠紫菜……………………適量
醋水

作 法

1
把胚芽精米和麥混合
輕輕沖洗
把米放入內鍋，加水至[白米]刻度3，5（可多加一點，並浸泡2小時）
因麥的吸水力約比米大2倍，所以多加一點水。

2
把海帶柴魚湯、淡色醬油和甜酒混合

3
把削好的山芋泡醋水

4
用研磨棒把山芋搗碎
慢慢澆上②的海帶柴魚湯

依自己喜好決定濃度

按[胚芽米]按鍵煮飯，煮好後盛到碗中。

澆上芋汁，並撒一點綠紫菜。

保養方法

想吃好吃的飯，保養時就不可偷懶

※使用後必須將插頭自插座拔下。

除了廚房用的中性洗潔劑以外，請不要使用其他的洗潔劑和漂白劑。

- 揮發油、去污粉、稀釋劑、刷子等，會使表面受損。
- 鹽酸系的漂白劑，會使鍋子腐蝕。

本體、外蓋、外鍋的內側

- 請用柔軟的抹布，擰乾後擦拭。

底部溫度控制器

- 附著雜質時，請以砂紙（320號左右）輕輕擦拭，再以細布擦乾淨。

蒸氣口(蒸氣活門)、內蓋

- 卸下來清洗。

使用時，請別忘了裝上。

內鍋

- 請用熱水輕將海綿沾濕後清洗。

外側也別忘了喔！

蒸氣收集盒、飯勺架、飯勺

- 每次取下後，用海棉沾水清洗，再用乾淨的抹布把它擦乾。

有難聞的怪味附在鍋上的時候

1. 在內鍋內加入⅓的水，確實蓋好上蓋，將【炊飯】的按鈕押二下，大約煮了10分鐘後，按下【取消・保溫】的按鈕。
2. 將內鍋、內蓋取出，仔細地清洗，用乾燥清潔的抹布，把水全部擦乾。

有關樹脂加工製成的內鍋

因爲內鍋是採用不沾鍋的樹脂加工而成的，所以請注意下列幾點事項：

- 爲了保護表面，金屬製的飯勺、湯匙，以及陶器等硬物，請絕對不要使用。

- 請不要在內鍋中洗米。
- 保養時，請用海棉沾水清洗。
- 經過長期的使用，可能會有顏色不一的斑紋出現，這是由於水分和蒸氣的緣故，在使用及衛生方面，不會有問題，請您安心的使用。
- 怕使內鍋腐蝕，請千萬不要使用醋。
- 使用完調味料後，請立刻沖洗。

務必遵守的事項

為了防止火災、觸電、燙傷、故障、變形等情形的發生

機體請勿用水沖洗

- 否則可能會造成漏電及故障的原因。

煮飯中是高溫狀態

- 切勿以手碰觸外蓋或蒸氣口。
- 請勿置於小孩容易碰及的地方。

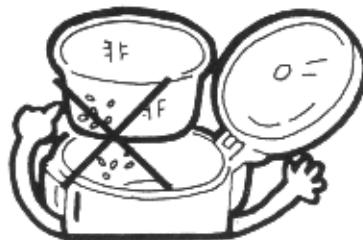
除了飯及配料以外，不要裝入其他汁液

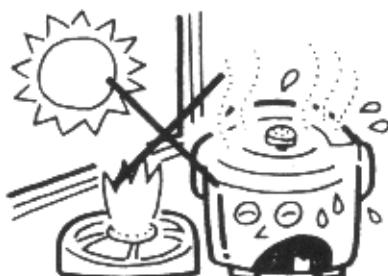
- 可能會使內鍋發生腐蝕。

把異物取出

- 內鍋的外側或鍋底如果沾上飯粒，請不要使用，取出清理乾淨再使用。
- 請勿空燒。

不要把抹布放在鍋上

- 煮飯中、保溫中，如果把抹布放在鍋上，熱和蒸氣會使上蓋變色和變形。

注意使用場所

- 在不平的地方，容易弄濕的場所或其他熱源的旁邊（陽光直射的地方）等，請不要使用電鍋。

煮各種米飯所需要的時間

煮飯完成，也就是煮到可以食用的程度所需的時間爲標準

- 包含預熱的時間。
- 不需預熱的時候（按【炊飯】鍵兩次），大約縮短 15 分左右。

白米的時候

形　　名	1 杯 (0.18ℓ)	2 杯 (0.36ℓ)	3 杯 (0.54ℓ)	4 杯 (0.72ℓ)	5 杯 (0.9ℓ)	5.5 杯 (1.0ℓ)	6 杯 (1.08ℓ)	7 杯 (1.26ℓ)	8 杯 (1.44ℓ)	8.3 杯 (1.5ℓ)	9 杯 (1.62ℓ)	10 杯 (1.8ℓ)
NJM-G10T	44分	47分	49分	52分	54分	57分	—	—	—	—	—	—

白米飯以外的食物烹調時

形　　名	什錦飯	紅豆糯米飯	胚芽米	糙　米	稀飯	
					全　稀	半　稀
NJM-G10T	46~53分	43~48分	44~57分	1小時21分~1小時28分	1小時~1小時4分	1小時2分~1小時4分

- 電壓 110 V、室溫 20°C、水溫 18°C、水分加減爲標準水位。
- 在煮完之前的這段時間內，作料的種類和量、季節、室溫、水溫、水加多少、電壓等，都會影響到食物。
- 白飯以外的食物烹調時，以上是最大容量和最小容量所需的時間。

規格

保溫時所消耗電力爲電壓 110V、室溫 20°C的平均電力。

形　　名	煮飯容量（最小～最大）						消費電力		重量 (kg)	外形尺寸 (mm)
	白米 胚芽米	菜　飯	紅豆飯	糙　米	稀飯 全　稀	稀飯 半　稀	煮飯	保溫 (平均)		寬×深×高
NJM-G10T	0.18~1.0ℓ	0.18~0.54ℓ	0.36~0.72ℓ	0.18~0.54ℓ	0.09~0.36ℓ	0.09~0.18ℓ	510W	21W	2.7	265×248×255

電　　源　● AC 110V（60Hz）。

基本結構
- 預熱、煮飯、二度炊飯等自動方式。
- 附有 14 小時的數字計時器。
- 四季均衡溫度保溫。
- 附有安全裝置（底盤 + 溫度保險絲）。
- 鐵氟龍加工的內鍋。
- 米飯種類選擇式。
- 預熱選擇式。
- 自動電線捲盤（電線長 1.4公尺）

要求售後服務之前

「是不是故障了？」當您有此疑問時，請按下列幾點方式確定。
如果檢查後，確實有異常現象的話，請逕洽各地歌林服務站。

（如是在保證期間，請出示保證書）

情　　況	請您檢查的事項
●無法煮飯 ●花很長的時間 ●預約時間到了卻沒有煮	●插頭是否有正常的插好？ ●顯示部的燈有沒有亮著？ ●在煮飯中，是否有停過電？ ●是否有按【炊飯】的按鈕？
●煮出的飯過軟 ●煮出的飯過硬	●米的分量是否量得很確實？ ●加水的分量正確嗎？內鍋中的水分是否保持水平的狀態？ （請依內鍋的水位刻度為標準，按米的種類以及個人的喜好來決定水的多少） ●食物選擇鍵有沒有按錯？
●水份不斷溢出	●內蓋是否裝上？上蓋是否關好了？ ●內鍋的邊緣和內蓋之間，是否黏有像飯粒的異物？ ●是否加入太多的水量？或是煮的飯超過電鍋所規定的最大容量？
●保溫的飯 變　味 變　黃 變　硬	●保溫中是否把插頭拔掉了？ ●顯示燈有沒有亮著保溫呢？ ●是否有遵守保溫時限（不超過 12 小時）？ ●內蓋是否裝妥，上蓋是否蓋緊？ ●內鍋的邊緣和內蓋之間，是否附有異物？ ●內鍋、內蓋、上蓋的內側有經常保養維護嗎？ ●保溫時是否把飯勺放入裏面一起保溫？是否有把冷飯加進去一起保溫？

如果下列情形發生、請洽服務站

●電線有損傷等異常情形時
●按鈕發生故障時
●使用中插頭異常發熱時
●其他，任何不正常情形發生時